

子育て情報

マタニティ☺️クラス **無料** **要予約**

Aコース

日9月8日(月)13:30~15:30

内妊婦歯科健診、赤ちゃんの抱っこ練習、妊娠中の食事について、先輩ママ・赤ちゃんとの交流会
※歯科健診のみをご希望の方は14:00までにお越しください。

QRコード

Cコース

日9月29日(月)13:30~15:30

内お産について、マタニティストレッチ、大阪市の母子保健サービスについて

持母子健康手帳、筆記用具、テキスト「わくわく」

定各コース20組(先着順)

申電話または上記二次元コードにて受付

ご予約はこちら

赤ちゃん交流会 **無料** **予約不要**

日9月8日(月)13:30~15:00

内ママたちの情報交換、ふれあい遊び、育児相談、身体計測
※マタニティクラスに参加している妊婦さんとの交流の時間もあります。

持母子健康手帳、赤ちゃんのおでかけ用意

対区内在住の生後1~3か月のお子さんと保護者

場区保健福祉センター分館2階

問区保健福祉課(地域保健活動) 窓口③番 ☎06-6682-9968

子ども・子育てプラザ

申込不要・参加費無料

絵本の読み聞かせ

日9月4日・10月2日(木)10:30~11:00

外国にルーツを持つ子どもの日本語・学習支援 ♪ハロハロ♪

日9月6日・13日・20日・27日・10月4日(土)13:30~15:30

親子リズム遊び

日9月10日(水)10:00~10:45 定25組(当日先着順)

子育て支援室のわくわく子育て『手作りおもちゃで遊ぼう』

保育士おすすめ・手作りおもちゃ

ぴよんぴよんうさぎ

トイレットペーパーの芯を使って簡単に作って遊べるおもちゃです。手で軽く押すとぴよ〜んと跳びます。作って並べても可愛いですし、ごっこあそびのおもちゃにもなりますよ。お子さんと一緒に作って楽しんでくださいね。

用意するもの

・トイレットペーパーの芯(1本) ・はさみ
・色油性マーカー ・ものさし ・シール(飾り用)
・のり(または木工用ボンド)

作りかた

①トイレットペーパーの芯を半分に折る。
②半分に折ったトイレットペーパーの芯の真ん中辺りをはさみで切ります。(片方はうさぎの身体の部分になります)
③もう片方のトイレットペーパーの芯に耳や手足の絵を描き、切ります。色を塗ってパーツの完成!
④②に③で作った耳や手足をのりで貼り付けます。(くっつきが悪いときはボンドを使用してくださいね)
顔を油性マーカーで描いたりシールを貼って完成!!

ポイント

跳ばすときは、端の方を押さえると良く跳びますよ。また回転して跳んだり押さえ方で色んな跳び方をするので楽しんでくださいね。

ぴよお〜ん ころん

注意

必ず大人と一緒に遊び、危険のないように気を付けましょう!

要申込・参加費無料

ブックスタート(電話で随時受付)

日9月17日(水)10:30~11:00 定8組

★ふあみさぼ交流会「フリートーク&絵本を楽しもう!」

日10月4日(土)10:00~11:30

★パパ(いじ)とつといの広場で遊ぼう!〜ママはリフレッシュタイム〜

日10月5日(日)10:00~11:30 定15組

★南港出前講座「にこにこパーク」(読み聞かせ) ~ATCママのフォレストパークにて~

日10月10日(金)10:15~11:00 定15組

★ふれあい遊び

日10月17日(金)10:00~10:45 定8組(初回優先)

Web申込可

申・問子ども・子育てプラザ

☎・☎06-6674-5405 浜口西3-4-22

休館日【月曜・祝日】

QRコード

児童「ボッチャをやってみよう!」

日9月13日(土)15:00~16:00 定16名(当日13:00~先着順)

すくすく成長測定の日

日9月20日(土)10:15~11:15(受付は11:00まで)

助産師さんによる子育て何でも相談

日9月20日(土)10:15~11:15(受付は11:00まで)

定8組(当日先着順)

児童「卓球教室」

日9月20日(土)15:00~15:45 定16名(当日13:00~先着順)

簡単遊び「サーキットあそびをしよう!」

日9月24日(水)9:30~14:00

プラザDE絵本展(つといの広場内で開催)

日10月1日(水)~7日(火)9:30~14:30

10月4日(土)11:00~11:30「絵本を楽しもう!」

★印の電話申込みは9月10日(水)9:30より受付スタート
【電話受付時間】9:30~17:00(休館日は除く)
※各講座の対象年齢等、詳細についてはお問合せください。

健康情報

結核は“過去”ではありません!

明治時代から昭和20年代までの長い間、「国民病」として恐れられていた結核。全国的な対策により、最近では馴染みのない病気と思われています。しかし、大阪市では年間480人が新たに結核を発病しています。

結核の症状

結核の症状は、長引く咳、たん、微熱、体のだるさなどです。初期には風邪と間違えられ、放置されることもあります。特に高齢者では、気づかないうちに進行してしまいます。

どうやって感染するの?

結核菌は、肺で発病した患者の咳やくしゃみなどのしぶき(飛沫)に含まれて広がり、その結核菌を吸い込むことによって感染します。感染した後、糖尿病や体力低下、栄養不良などによって免疫力が低下すると発病します。早期に発見できれば、家族や友人などへの感染拡大を防ぐことができます。

結核の早期発見・予防のために

①咳、痰、微熱、体のだるさが2週間以上続くときは早めに医療機関を受診しましょう。
②1年に1回は、胸のレントゲン検査を受けましょう。
③免疫力を低下させないために、睡眠や食事などリズムの整った生活をしましょう。
④赤ちゃんは、生後1歳を迎える前日まで(標準的な接種期間:生後5~8か月)にBCGワクチン(結核のワクチン)を接種しましょう。

9月24日~30日は、結核・呼吸器感染症予防週間です!「レントゲン検査を受けていなかった」という方は、ぜひ、この機会に区役所が実施する結核健診にお越しください。日程は右記をご確認ください。

予約はいりません!

出典:公益財団法人結核予防会結核研究所

問区保健福祉課(地域保健活動) 窓口③番 ☎06-6682-9968

9月は大阪市朝食月間です! あさおきたら さんどのしよくじの1かいめ からだへの ごちそうたべて いちにちを はじめよう うんちもげんき!

あさごはんたべようね!

あさごはんについて詳しくはこちら

精神科医による 精神保健福祉相談

無料 要予約

不安・うつ・不眠など、こころの健康に関して、精神科医が相談に応じます。

日9月4日(木)、22日(月)、10月2日(木)、20日(月)いずれも14:00~

申電話、窓口、右記二次元コードにて受付

申・問区保健福祉課(地域保健活動) 窓口③番 ☎06-6682-9968

ご予約はこちら

QRコード

	種別・費用	実施日・場所・受付時間	対象(市内在住の方)
要申込	大腸がん検診(免疫便潜血検査) 300円	申込後検査キットを送付します。下記肺がん検診・乳がん検診の日時に検査キットを提出してください。	40歳以上の方
要予約	肺がん検診(胸部X線検査・かく痰検査) 無料(かく痰検査は400円)	9月 6日(土) 分館 9:30~10:50 10月 6日(月) 分館 9:30~10:50 11月 5日(水) 分館 9:30~10:50	40歳以上の方 ※かく痰検査は50歳以上でハイレスク対象者のみ
要予約	乳がん検診(マンモグラフィ検査) 1,500円	9月 6日(土) 分館 13:30~14:50 9月17日(水) 分館 9:30~10:50 10月23日(木) 南港 9:30~10:50	40歳以上の女性で隔年受診 昭和61年3月31日以前生まれで令和6年度未受診の方
要予約	骨粗しょう症検診 無料	9月 6日(土) 分館 13:30~14:50 9月17日(水) 分館 9:30~10:50 10月23日(木) 南港 9:30~10:50 10月24日(金) 舞昆 9:30~10:50	18歳以上の方
予約不要	特定健診 無料	9月 6日(土) 分館 9:30~11:00 9月17日(水) 分館 9:30~11:00 10月23日(木) 南港 9:30~11:00 10月24日(金) 舞昆 9:30~11:00	大阪市国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入の方(40歳以上)
予約不要	歯科健康相談 無料	9月17日(水) 分館 9:30~10:50 10月23日(木) 南港 9:30~10:50	全年齢の方
予約不要	結核健診(胸部X線撮影) 無料	9月 9日(火) 分館 10:00~11:00 10月 1日(水) 分館 10:00~11:00 11月28日(金) 分館 10:00~11:00	15歳以上の方

※定員になり次第、予約終了となりますので、ご了承ください。上記より先の日程は、来月号をご覧ください。
下記までお問合せください。また、令和7年3月号別冊(保存版)にも掲載しています。

場分館=区保健福祉センター分館(浜口東3-5-16)、南港=南港ポートタウン管理センター(南港中2-1-99)
舞昆=すみのえ舞昆ホール(区役所2階) 申電話、窓口、右記二次元コードにて受付

申・問区保健福祉課(健康支援) 窓口③番 ☎06-6682-9882

オンライン申込みはこちら

QRコード